

Diabetes, doença crónica que afeta milhares de portugueses

A Sociedade Portuguesa de Diabetologia tem um percurso de três décadas de atividade na promoção da investigação na área da diabetes, através da atribuição de bolsas e prémios, na participação ativa em projetos e estudos científicos e na realização de eventos científicos. Patologia crónica com relevante incidência em Portugal, falámos com o seu presidente, o Dr. Rui Duarte.



O recém-eleito presidente da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD) foi um dos seus fundadores, nesse sentido consideramos fundamental o seu testemunho para contextualizar o passado, o presente e o futuro desta entidade. Em conversa com o Perspetivas, o Dr. Rui Duarte comenta que há 30 anos “já fazia sentido a criação de uma Sociedade científica que se dedicasse só à Diabetes e que integrasse todos os profissionais de saúde relacionados com a doença, de acordo com um modelo já existente noutros países e regiões do mundo”. Nessa altura, trabalhava na Clínica de Diabetes e Nutrição do Hospital de Santa Maria, uma das principais escolas da Diabetologia em Portugal. “Éramos um grupo de in-

ternistas com uma vocação especial para a diabetes, liderado pelo Prof. Doutor Pedro Eurico Lisboa, ele próprio um discípulo do fundador da Diabetologia nacional e da APDP (Associação Protetora dos Diabéticos Pobres), o Dr. Ernesto Roma. Juntámo-nos a muitos outros profissionais de saúde vindos de Serviços de Endocrinologia e de Medicina Interna de todo o país e ainda outros colegas. Pouco tempo depois, a SPD conseguiu a sua filiação na IDF (International Diabetes Foundation) e teve, assim, o início do seu reconhecimento internacional. Desde então, a Sociedade tem tido um papel fundamental na divulgação do conhecimento da Diabetologia, nomeadamente com os seus

congressos bianuais que, a partir do ano transato, se tornaram anuais; com a atividade dos Grupos de estudo e com a colaboração com o Programa Nacional para a Diabetes. Desenvolveu já grandes estudos nacionais multicêntricos onde se destaca o Prevdiab (estudo nacional da Prevalência da Diabetes) e através do seu Observatório Nacional da Diabetes tem conseguido publicar anualmente o seu Relatório de Factos e Números da Diabetes em Portugal. Teve, sobretudo, o grande mérito de integrar diversos grupos profissionais que se dedicam à diabetes, sendo uma Sociedade multidisciplinar e transversal, que reúne internistas, endocrinologistas, médicos de Medicina Geral e Familiar (MGF), outros especialistas médicos interessados na patologia diabética e nas suas plicações, enfermeiros, nutricionistas, dietistas, podologistas, e, cada vez mais, os investigadores de Ciência Básica na área da diabetes”, elucida-nos.

Esta convergência de saberes tem sido procurada de forma “crescente e extremamente salutar” por investigadores dos diversos ramos da Ciência que investigam a doença (bioquímicos, farmacêuticos, farmacologistas, etc.).

Sendo intenção do atual presidente da SPD manter um trabalho de continuidade, aproveitando todo o percurso meritório da anterior direção, “a composição da nova direção apresenta já fatores inovadores que se assumem como um sinal daquilo que a Sociedade é e pretende ver reforçado. A integração de uma investigadora na direção, a professora Paula Macedo, assim como, pela primeira vez, um dos vice-presidentes ser um profissional da Medicina Geral e Familiar, o Dr. Helder Ferreira, é disso exemplo”.

Doença crónica

Portugal apresenta um dos mais elevados índices de diabetes na Europa, cujo tratamento absorve 10% da despesa anual para a saúde. Esta é uma doença crónica em ascensão que a ação da SPD pretende travar. O Observatório Nacional da Diabetes, organismo independente e autónomo criado pela SPD, trabalha, desde 2009, no tratamento de informação que lhe permite publicar, anualmente, o relatório Diabetes: Factos e Números. “Esta é uma forma inestimável de monitorizar o que se passa no panorama nacional da doença. Por exemplo, é possível verificar que, ao longo destes anos, tem havido um decréscimo progressivo de amputações dos membros inferiores e que as existentes são maioritariamente minor. Podemos também avaliar quanto se gasta em medicamentos e a caracterização da terapêutica medicamentosa, a evolução da prevalência e da incidência da doença, os internamentos hospitalares, etc.”. Informe-se que o Observatório Nacional da Diabetes contou na sua génese (2009) com o apoio da Direção Geral da Saúde (DGS). “Até muito recentemente esta parceria foi efetiva, sendo objetivo da SPD que a mesma continue a existir”, realça o Dr. Rui Duarte.

Na atualidade, são mais do que conhecidas causas e formas de prevenir a diabetes tipo 2. A informação chega à população em geral que convive com erros de estilo de vida assimilados ao longo das décadas pela sociedade ocidental – excesso de ingestão calórica, sedentarismo, por exemplo. Estes fatores fazem com que as pessoas tenham maior propensão para o desenvolvimento de doenças crónicas não transmissíveis e a Diabetes tipo 2 é um exemplo paradigmático”.

Fundamental para a alteração de mentalidades e para a melhoria do estilo de vida, é a educação dos hábitos de saúde. “Tal facto implica que a prevenção da Diabetes tipo 2 comece muito cedo, em casa e na Escola, com disciplinas como A Educação para a Saúde; os próprios municípios devem ter a preocupação de criar espaços onde as pessoas possam praticar exercício em segurança e também instituir uma educação alimentar que deve, eventualmente, passar por legislação que facilite a aquisição de bens de consumo saudáveis de uma forma menos dispendiosa, quando comparados com alimentos mais calóricos”, exemplifica o presidente da SPD. “Estas medidas globais podem diminuir a prevalência da diabetes a médio/ longo prazo, mas a verdadeira mudança passa, inevitavelmente, por uma ação concertada de toda a sociedade médica e civil”, continua.



Terapêutica Individualizada

Hoje falar no tratamento da diabetes é falar de uma abordagem terapêutica individualizada: “A diabetes não é toda igual na sua gênese, por isso é necessário formar os médicos para que estudem e conheçam os mecanismos de ação dos antigos e dos novos fármacos, combatendo aquilo que se designa por inércia terapêutica”. Não se pode deixar um indivíduo com diabetes “arrastar-se no tempo” com um mau controlo da

doença. As medidas terapêuticas atuais são mais eficientes e quanto mais cedo se controlar a glicémia da pessoa com diabetes, melhor se previnem as complicações da doença (amputação, cegueira, insuficiência renal e doenças cardiovasculares).

Convivemos, no entanto, com uma doença que não dói o que obriga a uma grande atenção por parte do indivíduo e do seu médico de MGF.

“Pessoas com fatores de risco: com peso excessivo ou obesas, pessoas que não pratiquem exercício e que não vão ao médico fazer um check up regular podem ter diabetes e não sabem. Esse risco é mais elevado em pessoas com antecedentes familiares de diabetes, com hipertensão arterial e/ou níveis de colesterol elevados”, alerta. O presidente da SPD chama a atenção para o facto de o diagnóstico da diabetes ser feito com uma simples análise ao sangue. “Valores elevados de glicémia no sangue podem não provocar sintomas, mas provocam estragos no organismo e as análises ao sangue devem ser uma rotina de vigilância do adulto. Neste âmbito o papel da MGF apresenta-se fulcral no diagnóstico atempado, conhecendo o histórico clínico e familiar das pessoas”.

A direção da SPD pretende manter a capacidade e autonomia para continuar a realizar o Observatório Nacio-

nal da Diabetes: “Vamos procurar manter este trabalho de enorme valor, inclusive, altamente elogiado pelas nossas congéneres europeias. Esta direção está interessada em encetar um diálogo produtivo com as entidades de saúde para que este tipo de informação não se perca. Internamente, a SPD vai apostar na sua modernização administrativa permitindo uma comunicação mais fácil com todos os associados. Vamos continuar a fomentar e a ajudar quer a participação quer a realização da investigação da diabetes em Portugal, colaborando com outras sociedades científicas e congéneres no sentido de emitir recomendações clínicas e posições baseadas na evidência científica. Incentivar a melhoria dos cuidados de saúde prestados às pessoas com diabetes em Portugal, tomando posições públicas sempre que considerarmos necessário”, conclui.



SOCIEDADE PORTUGUESA
DIABETOLOGIA
PORTUGUESE
SOCIETY OF DIABETOLOGY